

## 部下のメンタル不調に気づくポイント

<input type="checkbox"/>	欠勤が増えた(特に休日明けなど)
<input type="checkbox"/>	当日の休暇取得が増えた
<input type="checkbox"/>	遅刻・早退が増えた
<input type="checkbox"/>	仕事の能率が明らかに落ちている
<input type="checkbox"/>	忘れものが増えた
<input type="checkbox"/>	あり得ないミスが多くなった
<input type="checkbox"/>	会議などでの発言が少なくなった
<input type="checkbox"/>	簡単なことも迷って決められない
<input type="checkbox"/>	事故が多い
<input type="checkbox"/>	上司への報告や相談が遅れる
<input type="checkbox"/>	仕事量に釣り合いな残業や休日出勤が増えた
<input type="checkbox"/>	ぼんやりした表情で元気がない(特に午前中)
<input type="checkbox"/>	夕方から少し元気になる
<input type="checkbox"/>	挨拶をしなくなった
<input type="checkbox"/>	視線を合わせない
<input type="checkbox"/>	笑わなくなった
<input type="checkbox"/>	口数が少なくなった
<input type="checkbox"/>	人間関係を避けるようになった
<input type="checkbox"/>	服装や髪形が乱れている
<input type="checkbox"/>	ささいなことでイライラするようになった
<input type="checkbox"/>	涙もろくなった
<input type="checkbox"/>	痩せてきた
<input type="checkbox"/>	体調不良を訴えることが多くなった
<input type="checkbox"/>	アルコールや煙草の量が増えた
<input type="checkbox"/>	仕事を辞めたいと言い出す
<input type="checkbox"/>	「死」に関する話題が増える(「死にたい」ともらすようになる)